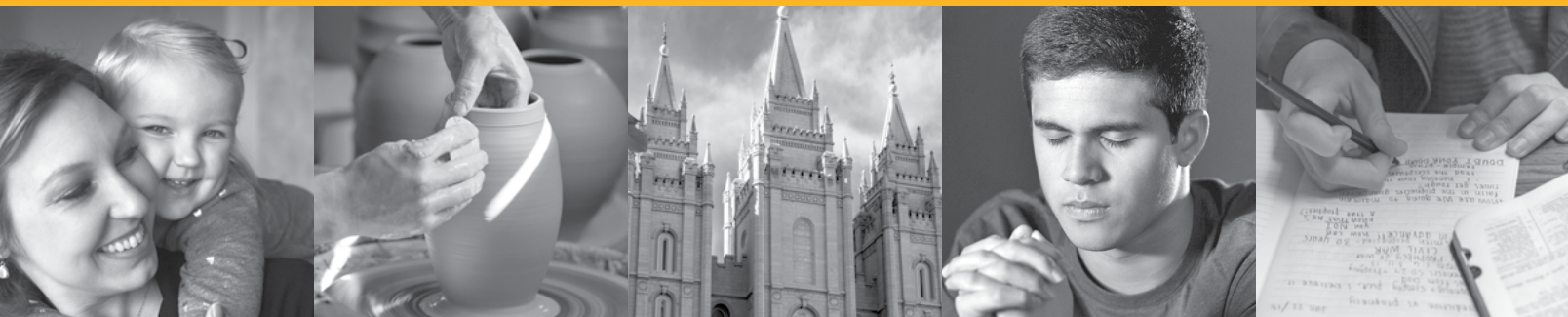




THEMELI IM

PËR MBËSHTETJEN TE VETJË



SI TË PËRDORET KY MANUAL

Manuali *Themeli Im* i ndihmon individët të mësojnë dhe të jetojnë parime doktrinale që çojnë drejt mbështetjes shpirtërore dhe materiale te vetja. Ai funksionon më mirë kur shqyrtohet në një grup të vogël me 8 deri në 12 veta ose si një familje. Çdo javë, një anëtar i ndryshëm i grupit ndjek radhën për të qenë ndërmjetësi. Ndërmjetësi nuk ia jep mësim grupit parimin. Përkundrazi, ai ose ajo ndjek materialin dhe i nxit të gjithë të marrin pjesë. Të gjitha materialet filmike mund të gjenden në internet te srs.lids.org/facilitator.

KUR T'I SHIHNI KËTO NXITJE, NDIQNI KËTO UDHËZIME						
Raportoni	Përsiatni	Shikoni	Diskutoni	Lexoni	Veprimtari	Zotohuni
Grupi flet për 3–4 minuta rreth përparimit të tij në mbajtjen e zotimeve.	Në mënyrë individuale përsiatni dhe shkruani në heshtje për rreth 2–3 minuta.	Grupi shikon një material filmik.	Shprehini mendimet si një grup për rreth 2–4 minuta.	Një person lexon me zë të lartë për të gjithë grupin.	Punoni individualisht ose së bashku për rreth 5 minuta.	Çdo person premtan të veprojë sipas këtyre gjërave gjatë javës.

GRUPET PËR MBËSHTETJEN TE VETJA

Grupet për mbështetjen te vetja mund t'ju ndihmojnë që t'i përmirësoni financat vetjake, punën, biznesin tuaj të vogël apo arsimin tuaj. Për t'ju bashkuar një grupi të mbështetjes te vetja, vihuni në kontakt me specialistin e kunjit tuaj për mbështetjen te vetja.

PËRMBAJTJA

Mesazh nga Presidenca e Parë	3
1: Mbështetja te Vetja Është një Parim Shpëtimi	4
2: Ushtroni Besim te Jezu Krishti	6
3: Administrojini Paratë	8
4: Pendohuni dhe Jini i Bindur	12
5: Përdoreni Kohën me Mençuri	14
6: Punoni: Merrni Përgjegjësi dhe Këmbëngulni	16
7: Zgjidhni Problemet	18
8: Bëhuni Një, Shërbeni së Bashku	20
9: Komunikoni: Bëni Kërkesa dhe Dëgjoni	22
10: Tregoni Integritet Moral	24
11: Kërkoni të Mësoni: Zgjidhni se Ku po Shkoni dhe Si të Arrini Atje	26
12: Merrini Ordinancat e Tempullit	30
Letër Përfundimi	33



"Le të punojmë për atë që na nevojitet. Le të bëhemi të mbështetur te vetja dhe të pavarur. Shpëtimi nuk mund të sigurohet mbi bazën e asnjë parimi tjetër."

THOMAS S. MONSON,
"Guiding Principles of Personal and Family Welfare", *Ensign*, shtator 1986, f. 3; duke cituar Marion G. Romney-n, në Conference Report, tetor 1976, f. 167

Botuar nga
Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme
Solt-Lejk-Siti, Juta
© 2016 nga Intellectual Reserve, Inc.
All rights reserved.
Shtypur në Shtetet e Bashkuara të Amerikës
Miratuar për anglisht: 6/16
Miratuar për përkthim: 6/16
Përkthim i *My Foundation for Self-Reliance*
Albanian
14067 101

MESAZH NGA PRESIDENCA E PARË

Të dashur Vëllezër dhe Motra:

Zoti ka shpallur: “Është qëllimi im për të siguruar për shenjtorët e mi” (DeB 104:15). Kjo zbulesë është një premtim nga Zoti se Ai do të sigurojë bekime materiale dhe do ta hapë derën e mbështetjes te vetja, e cila është aftësia jonë që t’i sigurojmë nevojat e jetës për veten dhe pjesëtarët e familjes sonë.

Kjo broshurë, *“Themeli Im”*, është përgatitur për t’i ndihmuar anëtarët e Kishës që t’i mësojnë dhe t’i vënë në zbatim parimet e besimit, arsimimit, të punës së palodhur dhe mirëbesimit në Zot. Pranimi dhe të jetuarit e këtyre parimeve do t’jua bëjnë të mundur më mirë që t’i merrni bekimet materiale të premtuara nga Zoti.

Ne ju ftojmë që t’i studioni me zell dhe t’i zbatoni këto parime, dhe t’jua jepni mësim pjesëtarëve të familjes suaj. Ndërsa bëni kështu, jeta juaj do të bekohet. Ju do të mësoni se si të veproni në shtegun tuaj drejt mbështetjes më të madhe te vetja. Ju do të bekoheni me shpresë, paqe dhe përparim më të madh.

Ju lutemi, jini i sigurt se ju jeni një fëmijë i Atit tonë në Qiell. Ai ju do dhe nuk do t’ju braktisë asnjëherë. Ai ju njeh dhe është gati t’ju zgjatë bekimet shpirtërore dhe materiale të mbështetjes te vetja.

Sinqerisht,

Presidenca e Parë



1: MBËSHTETJA TE VETJA ËSHTË NJË PARIM SHPËTIMI

Përpara se të filloni, lexoni pjesën “Si të Përdoret Ky Manual” në anën e brendshme të kapakut të përparmë.

Përsiatni: Gjoni 10:10 (në të djathtë)

Diskutoni: Çfarë është një jetë me bollëk?

Shikoni: “He Polished My Toe” [“Më Lustroi Gishtin e Këmbës”], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 5.)

Diskutoni: A besoni se ka zgjidhje për problemet tuaja? Si mund të kualifikohemi që fuqia e Zotit të na ndihmojë?

Lexoni: Referenca nga *Manuali 2* dhe citimi nga Plaku Dallin H. Oaks (në të djathtë). Të jesh i mbështetur te vetja nuk do të thotë që ne mund të bëjmë apo arrijmë çdo gjë që na vjen në mendje. Përkundrazi, do të thotë të besojmë se nëpërmjet hirit apo fuqisë aftësuese të Jezu Krishtit dhe vetë përpjekjes sonë, ne jemi në gjendje t’i plotësojmë të gjitha nevojat shpirtërore e materiale të jetës që kërkojmë për veten tonë dhe familjet tona. Mbështetja te vetja është provë e mirëbesimit apo besimit tonë te fuqia e Perëndisë për të lëvizur male në jetën tonë dhe për të na dhënë forcë që të triumfojmë mbi sprovat dhe vuajtjet.

Diskutoni: Si ju ka ndihmuar hiri i Krishtit për t’i plotësuar nevojat shpirtërore dhe materiale të jetës?

VEPRIMTARI

Hapi 1: Zgjidhni një partner dhe lexojeni secilin nga parimet më poshtë.

Hapi 2: Diskutoni përse besimi te këto të vërteta mund t’ju ndihmojë të bëheni më të mbështetur te vetja.

PARIMET DOKTRINORE TË MBËSHTETJES TE VETJA

1. Mbështetja te vetja është një urdhërim.	“Kisha dhe anëtarët e saj urdhërohen nga Zoti që të jenë të mbështetur te vetja dhe të pavarur” (<i>Teachings of Presidents of the Church: Spencer W. Kimball</i> [2006], f. 116).
2. Perëndia mund dhe do të sigurojë një mënyrë që fëmijët e Tij të drejtë të bëhen të mbështetur te vetja.	“Dhe është qëllimi im për të siguruar për shenjtoret e mi, sepse gjithë gjërat janë të mia” (DeB 104:15).
3. Materialja dhe shpirtërorja janë një për Perëndinë.	“Si rrjedhim, me të vërtetë unë ju them se gjithë gjërat për mua janë shpirtërore” (DeB 29:34).

“Unë kam ardhur që të kenë jetë e ta kenë me bollëk.”

GJONI 10:10

“Mbështetja tek vetja është aftësia, zotimi dhe përpjekja për të siguruar nevojat shpirtërore dhe fizike të jetës për veten dhe familjen. Kur anëtarët bëhen të mbështetur tek vetja, ata janë gjithashtu më të aftë që të shërbejnë e të kujdesen për të tjerët.”

MANUALI 2: ADMINISTRIIMI I KISHËS (2010), 6.1.1

“Çfarëdo që na bën të jemi të varur nga dikush tjetër për vendime apo burime që mund t’i siguronim vetë, na dobëson shpirtërisht dhe e vonon rritjen tonë drejt asaj që plani i ungjillit synon që ne të jemi.”

DALLIN H. OAKS, “Repentance and Change”, *Ensign* ose *Liahona*, nëntor 2003, f. 40

Diskutoni: Lexojeni citimin nga Presidenti Marion G. Romni (në të djathtë). Si e dini nëse po bëheni më i mbështetur te vetja?

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përmbushni secilin zotim.

☐ Lexojeni letrën nga Presidenca e Parë në faqen 3 dhe nënvizojini bekimet e premtuara. Çfarë duhet të bëni për t'i marrë ato? Shkruajini mendimet tuaja më poshtë.

☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth mbështetjes te vetja.

MË LUSTROI GISHTIN E KËMBËS

Nëse nuk jeni në gjendje ta shihni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PLAKU ENRIKE R. FALABELA: Kur po rritesha, ne nuk kishim shumë të ardhura. Më kujtohet një ditë kur iu afrova babait tim dhe i thashë: "Baba, më nevojiten një palë këpucë të reja. Këto që kam thujse janë grisur tashmë." Ai ndaloj dhe vështroi këpucët e mia dhe pa që vërtet ishin të grisura. Ai tha: "Mendoj se kjo është diçka që mund ta rregullojmë". Ai mori pak bojë të zezë dhe m'i lustroi këpucët, duke i bërë me shkëlqim dhe të bukura. Ai më tha: "Tani i ke në rregull, bir". U përgjigja: "Jo, ende jo. Prapë mund ta shohësh gishtin e madh që më del nga këpuca." Ai tha: "Epo, mund ta rregullojmë edhe

atë!" Ai mori edhe pak bojë dhe lustroi gishtin tim!

Atë ditë mësova se ka zgjidhje për çdo problem. Unë jam i bindur se ky parim i mbështetjes te vetja dhe kjo nismë është një mënyrë për ta përsheptuar punën e Zotit. Ajo është pjesë e punës për shpëtim. Të gjithë ne mund të bëhemi më të mirë nga sa jemi tani. Ju duhet ta largoni plogështinë. Shumë herë, ne bëhemi të vetëkënaqur dhe kjo e shkatërron përparimin tonë. Çdo ditë është një ditë që mund të përparoj nëse vendos të bëj diçka ndryshe për ta përmirësuar atë që e kam bërë dobët në të kaluarën. Nëse e bëni me besim, duke ushtruar besim e shpresë në Krishtin, që Ai do të jetë atje për t'ju ndihmuar, ju do ta gjeni mënyrën për të përparuar në gjëra materiale dhe shpirtërore. Kjo ndodh sepse Perëndia jeton dhe ju jeni biri apo bija e Tij.

Kthehuni te faqja 4.

"Pa mbështetje te vetja një njeri nuk mund t'i ushtrojë këto dëshira të brendshme për të shërbyer. Si mundemi të japim nëse nuk kemi asgjë? Ushqimi për të uriturit nuk mund të vijë nga raftet bosh. Paratë për të ndihmuar nevojtarët nuk mund të vijnë nga një portofol bosh. Përkrahja dhe mirëkuptimi nuk mund të vijnë nga dikush i etur emocionalisht. Mësimdhënia nuk mund të vijë nga një i pamësuar. Dhe më e rëndësishmja nga të gjitha, udhërrëfimi shpirtëror nuk mund të vijë nga ai që është i dobët shpirtërisht."

MARION G. ROMNEY,
"The Celestial Nature of Self-Reliance",
Ensign, nëntor 1982, f. 93



2: USHTRONI BESIM TE JEZU KRISHTI

Raportoni: Tregojini shkurtimisht grupit mënyrën se si ishit më të mbështetur te vetja javën e kaluar.

Përsiatni: Si ndikon besimi im te Jezu Krishti në mbështetjen time te vetja?

Shikoni: “Exercise Faith in Jesus Christ” [“Ushtroni Besim te Jezu Krishti”], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 7.)

Diskutoni: Përse besimi i vërtetë çon gjithnjë në veprim? Përse besimi është i nevojshëm që Perëndia të na ndihmojë materialisht dhe shpirtërisht?

Lexoni: Mateu 6:30 dhe citimi nga *Lectures on Faith* [Leksione mbi Besimin] (në të djathtë)

VEPRIMTARI

Shtegu i mbështetjes te vetja është një udhëtim besimi. Presidenca e Parë dhe Kuorumi i Dymbëdhjetë Apostujve janë duke na ftuar që ta bëjmë rritjen e besimit tonë tek Ati Qellor dhe Biri i Tij një përparësi në jetën tonë.

Hapi 1: Si grup, lexoni përparësitë profetike në kutinë më poshtë.

Hapi 2: Diskutoni se si nderimi me besnikëri i Shabatit, marrja e sakramentit dhe leximi i Librit të Mormonit do t’ju ndihmojnë të bëheni më të mbështetur te vetja.

PËRPARËSITË DHE PREMTIMET PROFETIKE

“Përfytyrojeni madhësinë e asaj thënie! Plotësia e tokës u premtohet atyre që e mbajnë ditën e Shabatit të shenjtë” (Rasëll M. Nelson, “Shabati Është një Kënaqësi”, *Ensign* ose *Liahona*, maj 2015, f. 130; shih edhe DeB 59:16).

“Shpirtësia nuk është e amullt dhe as nuk janë të tilla besëlidhjet e [sakramentit]. Besëlidhjet nuk sjellin vetëm zotime, por ato sjellin fuqi shpirtërore” (Neil L. Andersen, mbledhje trajnimi me Autoritetet e Përgjithshme, prill 2015).

“Ju jap dëshmi se [Libri i Mormonit] mund të bëhet një ‘Urim dhe Thumim’ vetjak në jetën tuaj” (Richard G. Scott, “The Power of the Book of Mormon in My Life”, *Ensign*, tetor 1984, f. 11).

Zotohuni: Zotohuni që t’i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

- ☐ Tregojeni besimin tuaj këtë të diel duke e mbajtur ditën e Shabatit të shenjtë dhe duke e marrë me nderim sakramentin.
- ☐ Lexoni nga Libri i Mormonit çdo ditë.
- ☐ Lexojini shkrimet e shenjta në faqen 7. Zgjidhni njërin prej tyre dhe tregojani atë familjes apo miqve tuaj.

“Tani nëse Perëndia e vesh kështu barin e fushës, që sot është dhe nesër hidhet në furrë, vallë nuk do t’ju veshë shumë më tepër ju, njerëz besimpakë?”

MATEU 6:30

“A nuk varen të gjitha përpjekjet tuaja të çdo lloji, nga besimi juaj? . . . Ndërsa i marrim me anë të besimit të gjitha bekimet materiale që marrim, po ashtu ne, në mënyrë të ngjashme marrim me anë të besimit të gjitha bekimet shpirtërore që i marrim. Por besimi nuk është vetëm parimi i veprimit, por edhe i fuqisë.”

LECTURES ON FAITH (1985), f. 2, 3

SHKRIME TË SHENJTA RRETH BESIMIT NË VEPRIM

Për shkak se Danieli nuk ndalonte së luturi, atë e hodhën në një gropë luanësh, por “Perëndia . . . dërgoi engjëllin e tij që . . . mbyll[i] gojën e luanëve, . . . dhe nuk u gjet mbi të asnjë lëndim sepse kishte pasur besim te Perëndia i tij” (Daniel 6:22–23; shih edhe vargjet 16–21).

Zoti ia dha Lehit Liahonën për ta udhëhequr familjen e tij dhe “ajo punoi për ta sipas besimit të tyre në Perëndi. . . . [Kur] ata ishin përtacë dhe harrojnë të ushtronin besimin dhe zellin e tyre, . . . ata nuk përparonin në udhëtimin e tyre” (Alma 37:40–41).

“Sillni gjithë të dhjetat në shtëpinë e thesarit . . . dhe pastaj më vini në provë për këtë gjë . . . në se unë nuk

do t’i hap pragjet e qiellit dhe nuk do të derdh mbi ju aq shumë bekim, sa nuk do të keni vend të mjaftueshëm ku ta shtini” (Malakia 3:10).

Gjatë një zie buke, Elija i kërkoi një të veje që t’ia jepte atij vaktin e saj të fundit. Elija i premtoi që, për shkak të besimit të saj, Zoti do t’i siguronte ushqim dhe ushqimi i saj nuk do të mbaronte kurrë. (Shih 1 Mbretërve 17.)

“Të mjerët dhe të varfërit kërkojnë ujë, por mungon; gjuha e tyre u është tharë nga etja; unë, Zoti do t’ua plotësoj dëshirën; unë, Perëndia i Izraelit, nuk do t’i braktis” (Isaia 41:17; shih edhe vargun 18).

USHTRONI BESIM TE JEZU KRISHTI

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PLAKU DEJVID A. BEDNAR: Ndërmarrja e veprimit është ushtrimi i besimit. Fëmijët e Izraelit po mbajnë arkën e besëlidhjes. Ata vijnë te Lumi Jordan. Premtimi është se ata do të kalojnë nga ana tjetër në tokë të thatë. Kur ndahet uji? Kur u lagen këmbët. Ata futen në lumë – veprojnë. Më pas vjen fuqia – uji ndahet.

Ne shpeshherë besojmë: “Do ta kem këtë kuptueshmëri të përkryer dhe më pas do ta shndërroj atë në ato që bëj”. Do të sugjeroja që ne kemi mjaftueshëm sa për të filluar nga puna. Ne kemi një ndjesi për drejtimin e duhur. Besimi është një parim – parimi – i veprimit dhe i fuqisë. Besimi i vërtetë përqendrohet në dhe te Zoti Jezus Krisht dhe gjithnjë të çon drejt veprimit.

(Shih “Seek Learning by Faith” [fjalim drejtuar mësuesve të fesë të Sistemit Arsimor të Kishës, 3 shkurt 2006], lds.org/media-library)

Kthehuni te faqja 6.



3: ADMINISTROJINI PARATË

Raportoni: Tregojini shkurtimisht grupit mënyrën se si dita e Shabatit apo Libri i Mormonit e forcuan besimin tuaj javën e kaluar.

Përsiatni: Përse është administrimi i parave kaq i vështirë – dhe kaq i rëndësishëm?

Shikoni: “First Things First!” [“Në Fillim Gjërat e Para”], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 10.)

Diskutoni: Pse duhet të mbajmë shënim se ku shkojnë paratë tona dhe t'i kursejmë ato?

Lexoni: Doktrina e Besëlidhje 104:78 dhe thënia nga *Përgatisni Çdo Gjë Të Nevojshme: Financat e Familjes* (në të djathtë)

Diskutoni: Lexoni për metodën e mbështetjes te vetja rreth administrimit të parave (poshtë). Si mund ta bëjmë këtë një zakon?

“Dhe përsëri, në të vërtetë unë ju them, lidhur me borxhet tuaja – vini re, është vullneti im që ju duhet t’i paguani të gjitha borxhet tuaja.”

DOKTRINA E BESË-LIDHJE 104:78

QASJA PËR MBËSHTETJEN TE VETJA

①

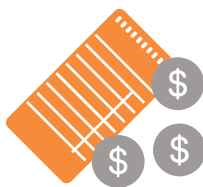
Punojmë fort dhe me zgjuars për të fituar para.



Të Ardhurat

②

Paguajmë Zotin të parin.



Të Dhjetat dhe Ofertat

③

Paguajmë veten të dytin.



Kursimet

④

Pastaj shpenzojmë më pak nga sa fitojmë dhe e shmangim borxhin.



Shpenzimet aktuale të jetesës

“Paguani të dhjetën dhe ofertat, . . . shmangni borxhin, . . . përdorni buxhet, . . . përcaktoni si t’i pakësoni shpenzimet për gjëra jo të rëndësishme . . . [dhe] disiplinoni veten për të jetuar brenda planit tuaj buxhetor.”

PËRGATISNI ÇDO GJË TË NEVOJSHME: FINANCAT E FAMILJES (BROSHURË, 2007), f. 3

VEPRIMTARI

Hapi 1: Individualisht rishikoni shpenzimet tuaja më poshtë.

SI NDIHEM RRETH SHPENZIMEVE TË MIA?			
Kategoria	Shpenzoj tepër pak	Ndihem mirë për shpenzimet e mia	Shpenzoj me tepri
Shembull ➡ Veshje			✓
Ngrënia në restorante			
Artikujt ushqimorë			
Ushqimet e lehta dhe pijet			
Zbavitjet			
Strehimi			
Shërbimet komunale			
Veshjet			
Gjëra për shtëpinë			
Transporti			
Sigurimet			
Telefoni			
Pagesat e borxhit			
E Dhjeta			
Dhurimet për bamirësi			
Të tjera			

Hapi 2: Lexoni citimin nga Plaku Robert D. Hejls (në të djathtë). Diskutoni se si mund t'i zvogëloni shpenzimet në kategoritë ku ju harxhoni shumë para.

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

- ☐ Mbajini shënim ato që fitoni dhe shpenzoni çdo ditë. Ju mund të përdorni Dokumentin e të Ardhurave dhe Shpenzimeve në faqen 11.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth administrimit të parave.

“Duket se ka një ndjesi të së drejtës për ta zotëruar diçka në kulturën e sotme. . . . Kur ngarkohemi me borxhe të tepërta, ne e kemi . . . vënë veten në një robëri të krijuar nga ne vetë, duke harxhuar gjithë kohën, gjithë energjinë dhe gjithë mjetet tona për shlyerjen e borxheve tona. . . . Është thelbësore që ne të . . . hartojmë një plan shpenzimesh dhe kursimesh – një buxhet – dhe të bëjmë dallimin midis dëshirave dhe nevojave.”

ROBERT D. HALES,
“Seek and Attain the Spiritual High Ground in Life” (mbledhje rreth vatrës e Sistemit Arsimor të Kishës, mars 2009), lds.org/media-library

NË FILLIM GJËRAT E PARA!

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, zgjidhni rolet dhe lexoni këtë tekst.



MJEDISI: *Një djalë dhe një vajzë e vogël, të veshur me rroba të rriturish, duke u sjellë si prindërit e tyre.*

DJALI: Jam në shtëpi, e dashur.

VAJZA: Mirë se erdhe në shtëpi. Ua, sa i lodhur që dukesh.

DJALI: Edhe ti. Ti punon shumë, apo jo?

VAJZA: Epo, na duhet të punojmë, apo jo?

DJALI: Fitova 10 [mijë lekë] sot.

VAJZA: O, çfarë bekimi. Pra, në fillim gjërat e para! Le ta paguajmë të dhjetën tonë, dakord?

DJALI: Por, po sikur të mos kemi mjaftueshëm?

VAJZA: Pikërisht atëherë na duhet besim!

DJALI: Në rregull. Pra, çfarë vjen pastaj?

VAJZA: Epo, do të na duhet të blejmë ushqime, të paguajmë për biletat e autobusit e të paguajmë qiranë. Dhe më pas, do të ishte bukur po të blinim një karrige . . .

DJALI: Por nuk mundemi. E shikon? Nuk kemi para mjaftueshëm.

VAJZA: A mund të marrim ca borxh?

DJALI: Thonë se borxhi është i rrezikshëm. Ne nuk duam të futemi në telashe.

VAJZA: Në rregull. Ke të drejtë. Pra, çfarë duhet të bëjmë me këto?

DJALI: Le t'i ruajmë! Nuk i dihet kurrë se çfarë do të ndodhë.

VAJZA: Kjo duket e drejtë. Por nuk na mbetet asgjë për t'u dëfryer.

DJALI: Ne kemi njëri-tjetrin! Dhe unë do të përpiqem të fitoj më shumë.

VAJZA: Unë do të përpiqem të shpenzoj më pak!

DJALI: Në atë mënyrë ne mund të jemi të lumtur – e të mbështetur te vetja!

VAJZA: E drejtë! Nuk ishte aq e vështirë. Pse të rriturit e bëjnë kaq të madhe?

DJALI: O, ti e di. Kështu janë të rriturit!

Kthehuni te faqja 8.

DOKUMENTI I TË ARDHURAVE DHE SHPENZIMEVE

Shkruani se sa shpenzoni çdo javë. Si do të ishte nëse do të kishit mjaft para për nevojat tuaja?

SA SHPENZOJ ÇDO JAVË?					Sa më duhen çdo muaj për të qenë i mbështetur te vetja?
	Java 1	Java 2	Java 3	Java 4	
Të Ardhurat					
Të dhjetat, ofertat					
Kursimet					
Ushqimi					
Strehimi					
Shpenzimet mjekësore					
Transporti					
Shpenzimet e arsimit					
Pagesat e borxhit					
Veshjet					
Shërbimet komunale					
Telefoni					
Zbavitjet					
Sigurimet					
Të tjera					
Shpenzimet gjithsej					



4: PENDOHUNI DHE JINI I BINDUR

Raportoni: Tregojani shkurtimisht grupit përparimin tuaj për mbajtjen shënim të të ardhurave dhe shpenzimeve të javës së kaluar.

Përsiatni: Si lidhen pendimi dhe bindja me mbështetjen te vetja?

Shikoni: "Obedience Brings Blessings" ["Bindja Sjell Bekime"], në dispozicion te srs.lids.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 13.)

Diskutoni: Çfarë bekimesh keni marrë me anë të bindjes ndaj ligjeve të Perëndisë? Si na ndihmon pendimi që të përparojmë?

Lexoni: Doktrina e Besëlidhje 130:20–21 dhe citimi nga Profeti Jozef Smith (në të djathtë)

"Ka një ligj . . . mbi të cilin të gjitha bekimet bazohen – dhe kur ne fitojmë ndonjë bekim nga Perëndia, është me anë të bindjes ndaj atij ligji mbi të cilin ai bazohet."

DOKTRINA E BESË-LIDHJE 130:20–21

"Unë e bëra këtë rregullin tim: Kur Zoti urdhëron, bindu."

**MËSIMET E PRESIDENT-
TËVE TË KISHËS: JOZEF
SMITH (2009), f. 168**

VEPRIMTARI

Bindja ndaj ligjeve të posaçme çon drejt bekimeve të posaçme.

Hapi 1: Në mënyrë të pavarur, në kolonën e majtë, shkruani disa bekime që ju i dëshironi.

Hapi 2: Përcaktoni se cilat ligjeve ose parimeve keni nevojë t'i bindeni me qëllim që t'i merrni bekimet që dëshironi.

BEKIMET QË DËSHIROJ TË MARR	LIGJET OSE PARIMET QË DUHET T'I BINDEM
Tri muaj kursime	E dhjeta dhe ofertat (Malakia 3:10–12) Ecni sipas një buxheti

Diskutoni: Lexoni Jozueun 3:5 dhe citimet nga Plaku Xhefri R. Holland dhe Presidenti Spenser W. Kimball (në faqen 13). Përse kemi nevojë të pendohemi, ta shenjtërojmë veten tonë dhe të përpiqemi të bëjmë mirë ndërsa kërkojmë të bëhemi të mbështetur te vetja?

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

- ☐ Bindjuni ligjit që zgjodhët në veprimtarinë më lart.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth bindjes.

BINDJA SJELL BEKIME

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PRESIDENTI TOMAS S. MONSON:

Çfarë premtimi i lavdishëm! “Ai që i mban urdhërimet e [Perëndisë], merr të vërtetë e dritë, derisa të përlëvdohet në të vërtetë dhe i di të gjitha gjërat” [DeB 93:28]. . . .

Vëllezërit dhe motrat e mia, prova e madhe e kësaj jete është bindja. “Dhe ne do t’i provojmë me këtë”, tha Zoti, “për të parë nëse ata do t’i bëjnë të gjitha gjërat që Zoti, Perëndia i tyre, do t’i urdhërojë” [Abraham 3:25]. . . .

Shpëtimtari shpalli: “Sepse të gjithë ata që dëshirojnë të kenë bekim nga dora ime, duhet t’i binden ligjit që u caktua për atë bekim dhe kushteve të tij, siç u ngritën që përpara krijimit të botës” [DeB 132:5].

Nuk ekziston shembull më i shkëlqyer për bindjen se ai i Shpëtimtarit tonë. Për Të, Pali vërejti:

“Edhe pse ishte Bir, mësoi të jetë i bindur nga ato që pësoi,

dhe, si u bë i përkryer, u bë vepronjësi i shpëtimit të amshuar për të gjithë ata që i binden” [Hebrenjve 5:8–9].

Shpëtimtari tregoi dashuri të sinqertë për Perëndinë duke jetuar jetë të përsosur, duke e nderuar misionin e shenjtë që ishte i Tij. Kurrë nuk ishte Ai

arrogant. Kurrë nuk ishte Ai i fryrë me krenari. Kurrë nuk ishte Ai i pabesë. Gjithmonë ishte Ai i përlurur. Gjithmonë ishte Ai i sinqertë. Gjithmonë ishte Ai i bindur. . . .

Kur u përball me agoninë e Gjetsemanit, ku Ai duroi dhembje të tillë sa që “djersa e tij. . . i[u] bë si gjak i mpiksuar që bie për tokë” [Luka 22:44], Ai dha shembullin e Birit të bindur duke thënë: “O Atë, po të duash, largoje këtë kupë nga unë! Megjithatë mos u bëftë vullneti im, por yt” [Luka 22:42].

Sikurse Shpëtimtari i udhëzoi Apostujt e Tij të hershëm, kështu ju udhëzon Ai ju dhe mua: “Ti ndiqmë” [Gjoni 21:22]. A jemi të gatshëm të bindemi?

Dituria që kërkojmë, përgjigjet për të cilat jemi të dëshiruar, dhe forca që dëshirojmë sot për të përballuar sfidat e një bote të ndërlikuar dhe në ndryshim, mund të jenë tonat kur u bindemi me gatishmëri urdhërimeve të Zotit. Po i citoj edhe një herë fjalët e Zotit: “Ai që i mban urdhërimet e [Perëndisë], merr të vërtetë e dritë, derisa të përlëvdohet në të vërtetë dhe i di të gjitha gjërat” [DeB 93:28].

Është lutja ime e përlurur që të mund të bekohemi me shpërblimet e bollshme që u premtohen të bindurve. Në emrin e Jezu Krishtit, Zotit dhe Shpëtimtarit tonë, amen.

(“Bindja Sjell Bekime”, *Ensign* ose *Liahona*, maj 2013, f. 89, 92)

Kthehuni te faqja 12.

“Shenjtërohuni, sepse nesër Zoti ka për të bërë mrekulli midis jush.”

JOZUEUT 3:5

“Zoti i bekon ata që dëshirojnë të përmirësohen, që e pranojnë nevojën për urdhërime dhe përpiqen t’i zbatojnë ato. . . . Ai do t’ju ndihmojë të pendoheni, të ndreqni, të rregulloni çfarëdo që duhet rregulluar dhe të vazhdoni. Shumë shpejt do ta keni suksesin që kërkon.”

XHEFRI R. HOLLAND,
“Nesër Zoti Ka për të Bërë Mrekulli midis Jush”, *Ensign* ose *Liahona*, maj 2016, f. 126

“Nëse na pëlqen luksi ose madje domosdoshmëritë më tepër sesa na pëlqen bindja, ne do t’i humbasim bekimet që Atij do t’i pëlqente të na i jepte.”

SPENCER W. KIMBALL,
në *Teachings of Spencer W. Kimball*, red. Edward L. Kimball (1982), f. 212



5: PËRDORENI KOHËN ME MENÇURI

Raportoni: Tregojini shkurtimisht grupit për një bekim që e morët javën e kaluar, ngaqë ishit të bindur.

Përsiatni: Përse koha është një nga dhuratat më të mëdha të Perëndisë?

Shikoni: "The Gift of Time" ["Dhurata e Kohës"], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 15.)

Diskutoni: Çfarë mësuat nga motra Benkozi?

Lexoni: Alma 34:32 dhe citimi nga Presidenti Brigham Jang (në të djathtë)

"Pasi vini re, kjo jetë është koha për njerëzit që të përgatiten të takohen me Perëndinë; po, vini re, dita e kësaj jete është dita për njerëzit që të kryejnë punët e tyre."

ALMA 34:32

VEPRIMTARI

Hapi 1: Me një partner, lexoni pesë hapat që mund të ndërmerrni çdo ditë për ta përdorur mirë kohën tuaj.

1	2	3	4	5
RENDITNI DETYRA	LUTUNI	VENDOSNI PËRPARËSI	VENDOSNI SYNI-ME, VEPRONI	RAPORTONI
Çdo mëngjes, bëni një listë me detyrat që duhen bërë. Shtoni emra të njerëzve që duhet t'u shërbeni.	Lutuni për udhërrëfim. Rishikojeni listën tuaj të detyrave. Mbani vesh. Zotohuni për të bërë më të mirën tuaj.	Në listën tuaj të detyrave, vini një "1-sh" pranë detyrës më të rëndësishme, një "2-sh" pranë asaj të radhës nga rëndësia e kështu me radhë.	Dëgjoni Shpirtin. Vendosni synime. Punoni fort. Filloni me detyrën më të rëndësishme e vazhdoni deri në fund të listës.	Çdo natë, raportojini Atit Qiellor në lutje. Bëni pyetje. Mbani vesh. Pendohuni. Ndiejeni dashurinë e Tij.

Hapi 2: Në një copë letër të veçantë, renditni detyrat tuaja. Këto duhet të jenë detyra të rëndësishme për punën tuaj, për studimet tuaja, për kishën apo shërbimin familjar – jo vetëm punët e përditshme të shtëpisë. Lutuni rreth listës suaj dhe renditni përparësitë në të.

Hapi 3: Nesër ju duhet të vendosni synime, të veproni dhe të raportoni se si e keni përdorur kohën tuaj.

"Koha është gjithë fondi i kapitalit që gjendet këtu në tokë. . . . Nëse përdoret siç duhet, ai sjell atë çfarë do ta shtojë ngushëllimin, volinë dhe kënaqësinë tuaj. Le ta marrim parasysh këtë e të mos rrimë më ulur duarkryq, duke e çuar kohën dëm."

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim:

- ☐ Ushqrojini këta hapa çdo ditë për ta përdorur kohën tuaj më me mençuri. Çdo natë, raportojini Atit Qiellor në lutjet tuaja.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth përdorimit të kohës me mençuri.

BRIGHAM YOUNG, në Discourses of Brigham Young, përzgj. John A. Widtsoe (1954), f. 214

DHURATA E KOHËS

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, zgjidhni rolet dhe lexoni këtë tekst.



KOFI: Përshëndetje, motra Benkozi. Si je?

MOTRA BENKOZI: A je mirë, Kofi?

KOFI: O, motra Benkozi. Jam kaq i zënë. Duhet të punoj dhe të shërbej e ta ndihmoj familjen time . . . dhe pastaj kam edhe futboll. Nuk kam kohë!

MOTRA B.: Kofi, ti ke gjithë kohën në dispozicion.

KOFI: Çfarë?

MOTRA B.: Biri im, Perëndia na ka dhënë një dhuratë të madhërishtme – kohën tonë. Ne duhet të bëjmë me të atë që ka më shumë rëndësi.

KOFI: Po si, motra Benkozi? Ti gjithnjë ke bërë kaq shumë gjëra. Ia ke dalë mbanë me familjen tënde, me biznesin tënd. Ti u ke shërbyer e ke bekuar shumë njerëz, përfshirë mua. Nuk e di se si ia del.

MOTRA B.: Dëshiron vërtet ta dish? Nëse do të ulesh e dëgjosh, do të ta tregoj sekretin tim.

Çdo mëngjes unë ngrihem përpara lindjes së diellit. Vishem dhe laj fytyrën e duart e mia.

Lexoj shkrimet e shenjta. Pastaj bëj një listë me ato që duhet të bëj atë ditë.

Mendoj se kujt mund t'i shërbej. Lutem për të ditur vullnetin e Perëndisë. Dhe mbaj vesh.

Ndonjëherë, emrat ose fytyrat e njerëzve më vijnë në mendje. I shtoj ata në listën time.

KOFI: A është kjo mënyra se si ti e di gjithnjë saktësisht se kush ka nevojë për shërbimin tënd?

MOTRA B.: Po, Kofi. Dhe unë lutem për forcë e urtësi. Lutem që Perëndia ta "shenjtërojë kryerjen t[ime]". Kjo thuhet te 2 Nefi 32.

Unë e falënderoj Atë. Premtoj se do të bëj më të mirën time. I kërkoj që Ai të bëjë atë që unë nuk mundem.

Pastaj e hedh vështtrimin te lista ime. Vë një "1-sh" pranë gjësë më të rëndësishme, pastaj një "2-sh".

KOFI: Nga i di përparësitë?

MOTRA B.: Unë mbaj vesh kur lutem! Pastaj shkoj të punoj. Vështroj numrin 1 dhe përpqem ta bëj të parin, pastaj numrin 2.

Ndonjëherë gjërat ndryshojnë. Fryma e Shenjtë më thotë të bëj diçka tjetër. Ajo është gjë e mirë.

Unë punoj shumë fort, por kam paqe. E di se Perëndia do të më ndihmojë.

Prandaj, me listën dhe Shpirtin, unë bëj atë që ka rëndësi, Kofi.

KOFI: Kjo duket e thjeshtë dhe e vështirë në të njëjtën kohë.

MOTRA B.: Ke të drejtë! Kur më në fund përgatitem për të fjetur, unë lutem. I raportoј Atit Qiellor. I tregoj Atij se si shkoi dita. I bëj pyetje. E pyes se çfarë mund të bëj më mirë. Mbaj vesh. Shpesh e ndiej dashurinë e Tij. E di se Ai e lartëson atë që përpqem të bëj. Më pas kam paqe, Kofi, dhe fle.

KOFI: Ajo është gjë e mirë, mama Benkozi. Unë e dëshiroj këtë paqe. Dëshiroj ta përdor kohën time. Dëshiroj të punoj e të shërbej më mirë.



6: PUNONI: MERRNI PËRGJEGJËSI DHE KËMBËNGULNI

Raportoni: Tregojini shkurtimisht grupit diçka që e arritët javën e kaluar ngaqë e përdorët mirë kohën tuaj.

Përsiatni: Përse Ati Qiellor dëshiron që unë të marr përgjegjësi vetjake për jetën time?

Shikoni: "Sedrick's Journey" ["Udhëtimi i Sedrikut"], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 17.)

Diskutoni: Si mësojmë të vazhdojmë pa u ndalur edhe kur puna është e vështirë?

Lexoni: Doktrina e Besëlidhje 42:42 dhe citimi nga Presidenti Xhejms E. Faust (në të djathtë)

Diskutoni: Lexoni citimin nga Plaku D. Tod Kristoferson (në faqen 17). Përse Zoti pret nga ne që të punojmë për atë që marrim?

"Mos ji dembel; sepse ai që është dembel nuk duhet të hajë bukën, as duhet të veshë rrobat e punëtorit."

DOKTRINA E BESË-LIDHJE 42:42

"Këmbëngulja tregohet me vepra nga ata që . . . nuk heqin dorë edhe kur të tjerët thonë: 'Kjo nuk mund të bëhet.'"

JAMES E. FAUST,
"Perseverance", *Ensign*
ose *Liahona*, maj 2005,
f. 51

VEPRIMTARI

Hapi 1: Zgjidhni një partner dhe lexojeni së bashku çdo hap në modelin më poshtë.

Hapi 2: Kërkojini njëri-tjetrit që të flisni rreth një detyre apo sfide shumë të vështirë që personi tjetër po has.

Hapi 3: Ndihmoheni njëri-tjetrin që t'i zbatoni të katër hapat më poshtë për detyrën apo sfidën e vështirë.

1	2	3	4
MBANI NJË QËNDRIM POZITIV	MBANI MEND QË TË PUNONI SË BASHKU	ZËVENDËSOJENI FRIKËN ME BESIM	SHKONI PËRPARA ME DURIM E GUXIM
Renditini bekimet tuaja.	Kërkojuni ndihmë miqve, bashkëmoshatarëve, anëtarëve të grupit dhe të tjerëve.	Shmangeni dyshimin. Mbajeni mend se Zoti e ka të gjithë fuqinë. Bëjini thirrje Atij dhe pranojini vullnetin e Tij.	Kurrë, kurrë, kurrë mos hiqni dorë; duroni me besim. Kërkoni për mësimë që Zoti mund të jetë duke ju mësuar.

Hapi 4: Shkruani dy ose tri mënyra se si mund të shkoni përpara me besim, duke mirëbesuar se Perëndia do të sigurojë për ju.

Përsiatni: Lexoni citimin nga Presidenti Tomas S. Monson (në të djathtë). Si reagoj unë kur përjetoj dështim?

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

☐ Zgjidhni diçka që është e vështirë ose e parehatshme dhe përfundojeni detyrën. Shkruajeni më poshtë.

☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth punës dhe këmbënguljes.

UDHËTIMI I SEDRIKUT

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



SEDRIKU: Unë quhem Sedrik Kambeza-bue. Jetoj në Republikën Demokratike të Kongos. Jam anëtar i Kishës SHDM.

Jam misionar dege në fshatin e Kipusangës. Duhet të përgatitem për të shkuar në një mision të huaj. Në mënyrë që të shkoj në një mision, më nevojitet një pasaportë, e cila tani kushton 250 dollarë amerikanë.

Për të fituar para, unë dhe babai im blejmë banane. Disa fshatra prodhojnë shumë banane: Tishabobo, Lusuku dhe Kamanda.

Tishabobo është rreth 14,5 kilometra larg prej këtu. Lusuku është 29 kilometra larg. Edhe Kamanda është 29

kilometra larg. Ne shkojmë atje e blejmë banane dhe i sjellim këtu për t'i shitur.

Për të shkuar nëpër fshatra ne përdorim një biçikletë. Ne mund të marrim katër ose gjashtë tufa banane.

Kur shkoj me biçikletë, një rrugë shkon një orë e gjysmë, nëse biçikleta punon dhe unë kam fuqi. Kur është mesditë dhe i nxehti është mbytës, unë lëviz ngadalë për shkak të të nxehtit dhe diellit.

Mund të bëj dy udhëtime në ditë nëse zgjohem shumë herët në mëngjes. Kjo është një mënyrë e mirë për të ndihmuar në pagimin e pasaportës sime.

Tani po fitoj para, pak e nga pak, ndaj po kursej si për shpenzimet e shkollës edhe të misionit. Dhe tani, pas katër vitesh punë, kam mjaftueshëm para për pasaportën time, plus 70 dollarë të kursyera.

Kthehuni te faqja 16.

"Perëndia e ka projektuar këtë ekzistencë të vdekshme për të kërkuar thujtë një tendosje të përherëshme. . . . Me punë ne mbajmë dhe pasurojmë jetën. . . . Puna ngre dhe përsos karakterin, krijon bukuri dhe është instrumenti i shërbimit tonë për njëri-tjetrin dhe për Perëndinë. Një jetë e shenjtë është e mbushur me punë, ndonjëherë e përsëritur, . . . ndonjëherë e pavlerësuar, por gjithmonë punë që përmirëson, . . . ngre [dhe] [synon]."

D. TOD KRISTOFERSON, "Mendime mbi një Jetë të Përkushtuar", Ensign ose Liahona, nëntor 2010, f. 17

"Përgjegjësia jonë është të ngrihemi nga mediokriteti te zotësia, nga dështimi tek arritja. Detyra jonë është të bëhemi vetja jonë më e mirë. Një prej dhuratave më të madhërishtme të Perëndisë për ne është gëzimi i të provuarit përsëri, sepse asnjë dështim nuk ka pse të jetë përfundimtar."

THOMAS S. MONSON, "The Will Within", Ensign, maj 1987, f. 68

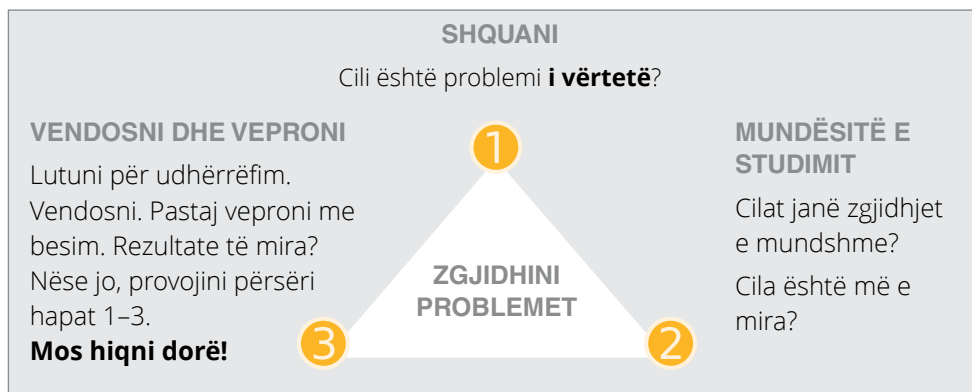


7: ZGJIDHINI PROBLEMET

- Raportoni:** Tregojini shkurtimisht grupit një detyrë të vështirë që ishit në gjendje ta përfundonit javën e kaluar.
- Përsiatni:** Përse na lejon Ati Qiellor që të përballemi me probleme dhe sfida?
- Shikoni:** “A Bigger Truck?” [“Një Kamion më i Madh?”], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 19.)
- Diskutoni:** Cili është problemi i vërtetë në këtë histori? Cilat janë disa nga mundësitë për të dy burrat?
- Lexoni:** Doktrina e Besëlidhje 9:7–9 dhe citimi nga Plaku Robert D. Hejls (në të djathtë)

VEPRIMTARI

Hapi 1: Zgjidhni një partner dhe lexoni hapat më poshtë.



Hapi 2: Zgjidhni një problem që po hasni dhe shkruajeni poshtë.

Hapi 3: Zbatoni çdo hap për problemin tuaj.

Përcaktoni: _____

Mundësitë e studimit: _____

Vendosni dhe veproni: _____

Lexoni: 1 Nefi 17:51 dhe 1 Nefi 18:2–3 (në të djathtë)

Diskutoni: Në ç'mënyrë qe në gjendje Nefi ta ndërtonte një anije?

“Vër re, ti nuk ke kuptuar; ke menduar se do të ta jap atë, kur ti nuk e more mundimin as për të më pyetur.

Por, vër re, unë të them se ti duhet ta studiosh atë tërësisht në mendjen tënde; më pas ti duhet të më pyesësh nëse është e drejtë dhe nëse është e drejtë, unë do të bëj që kraharoni yt do të digjet përbrenda; si rrjedhim, do ta ndiesh që është e drejtë.

Por nëse nuk është e drejtë, ti nuk do të kesh ndjenja të tilla, por do të kesh një mpirje të mendimit që do të të bëjë ta harrosh gjënë që është e gabuar.”

DOKTRINA E BESËLIDHJE 9:7–9

“Zoti pret nga ne që të ndihmojmë për zgjidhjen e vetë problemeve tona. . . . Ne jemi qenie njerëzore që mendojmë e arsyetojmë. Ne kemi zotësinë t’i dallojmë nevojat tona, të planifikojmë, të vendosim synime dhe t’i zgjidhim problemet tona.”

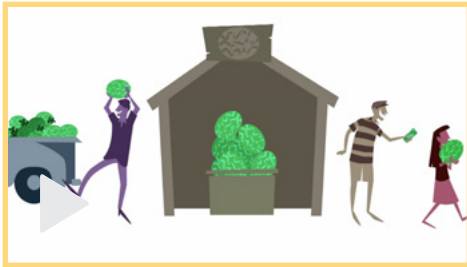
ROBERT D. HALES,
“Every Good Gift”, *New Era*, gusht 1983, f. 8, 9

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

- ☐ Veproni sipas hapave që diskutuat te veprimtaria me qëllim që të filloni ta zgjidhni problemin tuaj. Mbani mend, mos hiqni dorë! Duhet kohë për t'i zgjidhur problemet e për të bërë ndryshime.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth zgjidhjes së problemeve.

NJË KAMION MË I MADH?

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PLAKU DALLIN H. OUKS: Dy burra formuan një ortakëri. Ata ndërtuan një barakë buzë një rruge të rrahur. Siguruan një kamion dhe shkuan me të në fushën e një fermeri, ku blenë një ngarkesë të plotë me shalqinj, për një dollar copën. Ata e çuan kamionin e ngarkuar në barakën e tyre buzë rrugës, ku i shitën shalqinjtë me një

dollar copën. Shkuan përsëri te fusha e fermerit dhe blenë një ngarkesë tjetër të plotë me shalqinj, për një dollar copën. Pasi i transportuan shalqinjtë në anë të rrugës, ata i shitën përsëri me një dollar. Teksa u kthyen sërish te fusha e fermerit për të marrë një ngarkesë tjetër, njëri nga ortakët i tha tjetrit: "Ne nuk po fitojmë shumë para me këtë biznes, apo jo?" "Jo, nuk po fitojmë", u përgjigj ortaku i tij. "A mendon se na duhet një kamion më i madh?"

("Focus and Priorities", *Ensign*, maj 2001, f. 82)

Kthehuni te faqja 18.

"Dhe tani, në qoftë se Zoti ka fuqi kaq të madhe dhe ka bërë kaq shumë mrekulli mes fëmijëve të njerëzve, si është e mundur që ai nuk mund të më udhëzojë që unë të ndërtoj një anije?"

1 NEFI 17:51

"Tani, unë, Nefi, nuk i punova trarët sipas mënyrës që mësohej nga njerëzit, as nuk e ndërtova anijen sipas mënyrës së njerëzve; por e ndërtova atë sipas mënyrës që Zoti më tregoi; prandaj ajo nuk ishte sipas mënyrës së njerëzve.

Dhe unë, Nefi, shkova në mal shpesh dhe iu luta Zotit shpesh; prandaj Zoti më tregoi gjëra të mëdha."

1 NEFI 18:2-3



8: BËHUNI NJË, SHËRBENI SË BASHKU

Raportoni: Tregojini shkurtimisht grupit diçka që bëtë javën e kaluar për të ndihmuar për zgjidhjen e një problemi.

Përsiatni: Si më shpëton mua në të vërtetë humbja e vetvetes në shërbimin ndaj të tjerëve?

Shikoni: "In the Lord's Way" ["Në Mënyrën e Zotit"], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 21.)

Diskutoni: Si mund t'i hapë pragjet e qiellit në jetën tuaj shërbimi ndaj të tjerëve?

Lexoni: Disa njerëz mendojnë se ata e meritojnë atë që të tjerët e kanë tashmë, gjë e cila mund të shkaktojë mëri. Të tjerë mendojnë se kanë të drejtën për të pasur gjëra që nuk i kanë fituar. Këto dy kurthe i verbojnë njerëzit që të shohin një të vërtetë thelbësore: të gjitha gjërat i përkasin Perëndisë. Mëria dhe e drejta për ta pasur diçka mund të mposhten duke u përqendruar te nevojat e të tjerëve. Lexoni Mosian 2:17, Mosian 4:26 dhe citimin nga Presidenti Gordon B. Hinkli (në të djathtë).

VEPRIMTARI

Hapi 1: Si grup, mendoni për dikë që ka nevojë për ndihmë.

Hapi 2: Diskutoni për talentet, kontaktet dhe burimet që keni për të dhënë.

Hapi 3: Bëni një plan për t'i shërbyer atij personi. Për shembull, ju mund:



Familja Ime

Histori që na bashkojnë



- Të kryeni një projekt shërbimi në komunitetin tuaj.
- Ta përgatitni historinë tuaj familjare duke përdorur broshurën *Familja Ime: Histori që na Bashkojnë*. Pastaj shkoni në tempull dhe kryeni ordinancat e shenjta për pjesëtarët e familjes që kanë vdekur.
- Ta ndihmoni dikë në shtegun e tij ose të saj drejt mbështetjes te vetja.

Lexoni: Citimet nga Plaku Robert D. Hejls dhe Presidenti Tomas S. Monson (në të djathtë)

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

- ☐ Veproni sipas planit që bëtë për t'i shërbyer dikujt.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth shërbimit.

"Kur jeni në shërbimin e bashkëqenieve tuaja, ju jeni vetëm në shërbimin e Perëndisë tuaj."

MOSIA 2:17

"Dhe tani, për hirin . . . e ruajtjes së një heqjeje të mëkateve tuaja nga dita në ditë, . . . unë do të doja që ju t'u jepni nga pasuria juaj të varfërve, çdo njeri sipas asaj që ka, në mënyrë që të ushqehen të uriturit, të vishen të zhveshurit, të vizitohen të sëmurët dhe t'u jepni ndihmë atyre qoftë shpirtërisht, ashtu edhe materialisht, sipas nevojave të tyre."

MOSIA 4:26

"Kur ju jeni të bashkuar, fuqia juaj është e pakufishme. Ju mund të arrini çfarëdo gjëje që dëshironi të arrini."

GORDON B. HINCKLEY,
"Your Greatest Challenge, Mother",
Ensign, nëntor 2000, f. 97

NË MËNYRËN E ZOTIT

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PRESIDENTI HENRI B. AJRING:

Parimet në themelin e programit të Kishës për mirëqenien janë jo vetëm për një kohë apo një vend. Ato janë për të gjitha kohët dhe të gjitha vendet. . . .

. . . Mënyra se si duhet bërë ajo, është e qartë. Ata që kanë grumbulluar më shumë, duhet ta përuhin veten për t'i ndihmuar njerëzit nevojtarë. Ata që kanë bollëk, duhet të sakrifikojnë vullnetarisht një pjesë të rehatisë, kohës, aftësive dhe burimeve të tyre për të lehtësuar vuajtjen e njerëzve nevojtarë. Dhe ndihma duhet dhënë në një mënyrë që e rrit fuqinë e marrësve për t'u kujdesur për veten e tyre e më pas të kujdesen për të tjerët. Nëse bëhet kështu, në mënyrën e Zotit, diçka mbresëlënëse mund të ndodhë. Edhe dhënësi edhe marrësi bekohen.

(Përshtatur nga një fjalim i dhënë nga

Presidenti Ajring në përkushtimin e Qendrës së Shërbimeve për Mirëqenien në Shugërhauz të Jutas, qershor 2011, LDS.org)

PRESIDENTI DITER F. UHTDORF:

Vëllezër e motra, secili prej nesh ka një përgjegjësi prej besëlidhjeve që të jetë i ndjeshëm ndaj nevojave të të tjerëve dhe të shërbejë ashtu siç bëri Shpëtimtari – për të ndihmuar, bekuar dhe ngritur moralisht ata që janë rreth nesh.

Shpesh, përgjigjja ndaj lutjes sonë nuk vjen kur jemi në gjunjë, por ndërsa jemi në këmbë, duke i shërbyer Zotit dhe duke u shërbyer atyre që janë rreth nesh. Veprimet vetëmohuese të shërbimit dhe përkushtimit [i pastrojnë] shpirtat tanë, i heqin luspat nga sytë tanë shpirtërorë dhe hapin pragjet e qiellit. Duke u bërë përgjigjja për lutjen e një tjetri, ne shpesh gjejmë përgjigjen për lutjen tonë.

(“Duke Pritur në Rrugën për Damask”, *Ensign* ose *Liahona*, maj 2011, f. 76)

Kthehuni te faqja 20.

“Qëllimi i mbështetjes materiale dhe shpirtërore të vetja është që ta sigurojmë veten shpirtërisht dhe materialisht, në mënyrë që t'i ndihmojmë dhe të tjerët që janë në nevojë.”

ROBERT D. HEJLS, “Të Vijnë në Vete: Sakramenti, Tempulli dhe Sakrifika e Shërbimit”, *Ensign* ose *Liahona*, maj 2012, f. 36

“Kur punojmë së bashku në mënyrë bashkëpunuese, . . . ne mund të arrijmë çfarëdo gjëje. Kur e bëjmë këtë, ne e heqim dobësinë e një njeriu që qëndron i vetëm, dhe e zëvendësojmë me forcën e shumë njerëzve që shërbejnë së bashku.”

THOMAS S. MONSON, “Church Leaders Speak Out on Gospel Values”, *Ensign*, maj 1999, f. 118



9: KOMUNIKONI: BËNI KËRKESA DHE DËGJONI

Raportoni: Tregojani shkurtimisht grupit mënyrën se si i shërbyet dikujt javën e kaluar.

Përsiatni: Kur iu është përgjigjur Ati Qiellor lutjeve të mia?

Shikoni: "Creating Lift," ["Krijimi i Forcës Ngritëse"], në dispozicion te srslds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 23.)

Diskutoni: Si mund t'i dallojmë përgjigjet ndaj lutjeve tona? Përse është dëgjimi një pjesë thelbësore e lutjes?

Lexoni: Doktrina e Besëlidhje 8:2 dhe citimi nga Presidenti Rasëll M. Nelson (në të djathtë)

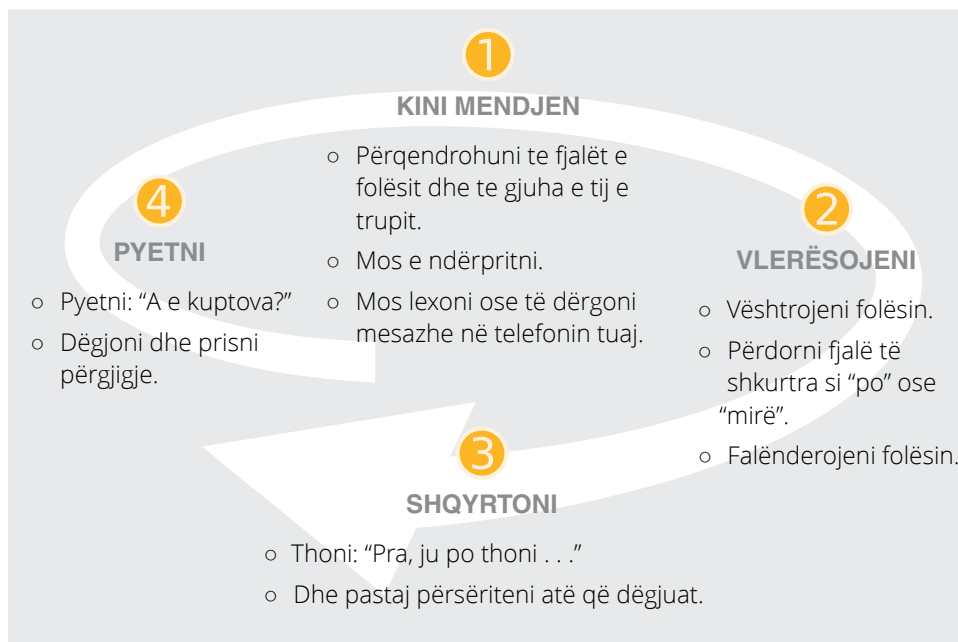
Diskutoni: Përse është të dëgjuarit një aftësi thelbësore? Si mund të na ndihmojë në punën tonë të dëgjuarit me kujdes?

VEPRIMTARI

Hapi 1: Si grup, lexojini hapat më poshtë dhe diskutoni shkurtimisht për ato.

Hapi 2: Kërkojini njërit ose dy prej anëtarëve të grupit t'u tregojnë të tjerëve rreth një sfide apo pyetjeje që ata kanë. Çdokush tjetër duhet të përpiket të dëgjojë, duke i ndjekur këto hapa.

Hapi 3: Kur të mbaroni, pyetini anëtarët e grupit që folën se si u ndien kur grupi u përpoq vërtet të dëgjonte.



"Unë do të të them në mendjen tënde dhe në zemrën tënde, me anë të Frymës së Shenjtë, që do të vijë mbi ty dhe që do të banojë në zemrën tënde."

DOKTRINA E BESËLIDHJE 8:2

"Shpirti juaj do të bekohet teksa mësoni të dëgjoni, më pas dëgjoni për të mësuar nga fëmijët, prindërit, shokët, fqinjët dhe udhëheqësit e Kishës, dhe të gjitha këto do ta zgjerojnë aftësinë për të dëgjuar këshilla nga lart."

RUSSELL M. NELSON,
"Listen to Learn",
Ensign, maj 1991, f. 24

Lexoni: Citimet nga Presidenti Henri B. Ajring dhe Plaku Robert D. Hejls (në të djathtë)

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

- ☐ Lutuni individualisht dhe si familje çdo mëngjes e çdo natë. Shpenzoni kohë pas çdo lutjeje që të dëgjoni plot nderim për udhërrëfim.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth komunikimit.

KRIJIMI I FORCËS NGRITËSE

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PRESIDENTI DITER F. UHTDORF: Me qëllim që një aeroplan të ngrihet nga toka, duhet krijuar një forcë ngritëse. Në aerodinamikë, forca ngritëse krijohet kur ajri kalon te krahët e një aeroplani në mënyrë të tillë që trysnia nga poshtë krahëve të jetë më e madhe se trysnia sipër krahëve. Kur forca ngritëse e tejkalon tërheqjen nga poshtë të forcës së rëndesës, aeroplani ngrihet nga toka dhe arrin të fluturojë.

Në një mënyrë të ngjashme, ne mund ta krijojmë forcën ngritëse në jetën tonë shpirtërore. Kur forca që na shtyn drejt qiellit, është më e madhe sesa tundimet dhe ankthi që na tërheqin poshtë, ne mund të ngjitemi dhe të fluturojmë në mbretërinë e Shpirtit.

Edhe pse ka shumë parime të ungjillit që na ndihmojnë ta arrijmë forcën ngritëse, do të më pëlqente të përqendrohesha te njëri në veçanti.

Lutja!

Lutja është një nga parimet e ungjillit që siguron forcë ngritëse. Lutja ka fuqinë të na ngrejë nga shqetësimet tona tokësore. Lutja mund të na ngrejë përmes reve të dëshpërimit ose errësirës për te një horizont i ndritshëm e i kthjellët.

Një nga bekimet e privilegjet dhe mundësitë më të mëdha që kemi si fëmijë të Atit tonë Qiellor, është se ne mund të komunikojmë me Të nëpërmjet lutjes. Mund t'i flasim Atij për përvojat tona jetësore, sfidat dhe bekimet. Ne mund ta dëgjojmë e të marrim udhërrëfim qiellor nga Shpirti i Shenjtë në çdo kohë e në çdo vend.

(Shih Dieter F. Uchtdorf, "Prayer and the Blue Horizon", *Ensign* ose *Liahona*, qershor 2009, f. 5–6)

"Ati ynë Qiellor i dëgjon lutjet e fëmijëve të Tij [anëmbanë] tokë[s] që luten për ushqim për të ngrënë, për rroba për t'i mbuluar trupat e tyre dhe për dinjitetin që do të rridhte nga të qenët në gjendje për të siguruar për vete."

HENRI B. AJRING,
"Mundësi për të Bërë Mirë", *Ensign* ose *Liahona*, maj 2011, f. 22

"Ne duhet të kërkojmë ndihmë nga Ati ynë Qiellor dhe të kërkojmë forcë përmes Shlyerjes së Birit të Tij, Jezus Krishtit. Në të dyja, si në gjërat materiale ashtu dhe ato shpirtërore, marrja e kësaj ndihme hyjnore na mundëson të bëhemi kujdestarë të matur për vete dhe për të tjerë."

ROBERT D. HEJLS, "Të Bëhemi Kujdestarë të Matur, Materialisht dhe Shpirtërisht", *Ensign* ose *Liahona*, maj 2009, f. 8

Kthehuni te faqja 22.



10: TREGONI INTEGRITET MORAL

Raportoni: Tregojani shkurtimisht grupit një përgjigje që morët nga lutja javën e kaluar.

Përsiatni: Përse i do Zoti ata që kanë “integritet të zemrës”?

Shikoni: “What Shall a Man Give in Exchange for His Soul?” [“Çfarë do të japë Njeriu si Shkëmbim të Shpirtit të Vet?”], në dispozicion te srs.lids.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 25.)

Diskutoni: Çfarë do të thotë të kesh integritet moral? Cilat janë disa nga mënyrat e thjeshta se si njerëzit japin shpirtin e vet për të marrë gjëra në këtë jetë?

Lexoni: Nenet e Besimit 1:13; Jobi 27:5 (në të djathtë)

VEPRIMTARI

Në mënyrë të pavarur, vlerësojeni veten në fushat e mëposhtme.

VENDOSNI NJË NUMËR PËRPARA ÇDO PIKE PËR TË TREGUAR SE SA SHPESH VEPRONI NË KËTË MËNYRË

1 = kurrë, 2 = nganjëherë, 3 = shpesh, 4 = gjithnjë

- _____ 1. I mbaj të gjitha premtimet, zotimet dhe besëlidhjet e mia.
- _____ 2. Jam tërësisht i vërtetë në gjërat që them dhe në shënimet që mbaj.
- _____ 3. Nuk e teproj që t'i bëj gjërat të duken më të mira nga sa janë.
- _____ 4. E kthej çdo gjë që marr hua dhe nuk marr gjëra që nuk më përkasin.
- _____ 5. Jam tërësisht besnik ndaj bashkëshortit/es tim/sime në fjalët dhe veprimet e mia.
- _____ 6. Nuk mashtroj kurrë, edhe kur e di që nuk do të më kapin.
- _____ 7. Kur gjej diçka që nuk është e imja, ia kthej të zotit.
- _____ 8. Gjithmonë e shlyej borxhin e marrë.

Diskutoni: Lexoni Mosian 4:28 (në të djathtë) dhe citimin nga Plaku Jozef B. Uirthlin (në faqen 25). Përse është pagimi i një borxhi apo huaje biznesi apo studentore (e tillë si një hua nga FQA-ja) një çështje e integritetit moral vetjak?

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim:

- ☐ Përmirësoni një nga tetë aspektet që vlerësuar më sipër.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth integritetit moral.

“Ne besojmë në qenien të ndershëm.”

NENET E BESIMIT 1:13

“Deri në regëtimat e fundit nuk do të heq dorë nga ndershmëria ime.”

JOBIT 27:5

“Dhe unë do të doja që ju të mbanit mend se kushdo mes jush, që merr hua nga fqinji i tij duhet t’ia kthejë gjënë që ai ka marrë hua, sipas asaj që bini dakort, përndryshe do të bëni mëkat; dhe ndoshta do të shkaktoni që fqinji të bëjë mëkat gjithashtu.”

MOSIA 4:28

ÇFARË DO TË JAPË NJERIU SI SHKËMBIM TË SHPIRTIT TË VET?

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PLAKU ROBERT C. GEJ: Shpëtimtari një herë u bëri dishepujve të Tij pyetjen në vijim: “Çfarë do të japë njeriu si shkëmbim të shpirtit të vet?”

Kjo është një pyetje që im atë më mësoi ta mendoja me maturi vite më parë. Ndërsa po rritesha, prindërit e mi më caktuan punë të përditshme përreth shtëpisë dhe më paguanin një shumë të vogël të hollash për atë punë. Shpesh ato para, pak më shumë se 50 qindarka në javë, i përdorja për të shkuar në kinema. Atëherë një biletë filmi kushtonte 25 qindarka për një 11-vjeçar. Më mbeteshin 25 qindarka për t’u shpenzuar me ëmbëlsira, që kushtonin 5 qindarka copa. Një film me pesë ëmbëlsira! Më mirë se kaq nuk bëhej.

Çdo gjë shkoi mirë derisa mbusha 12 vjeç. Një pasdite duke qëndruar në radhë, mora vesh se çmimi i biletës për një 12-vjeçar ishte 35 qindarka dhe kjo do të thoshte dy ëmbëlsira më pak. Jo shumë i përgatitur për ta bërë atë sakrificë, unë arsyetova me vete: “Ti dukesh njëlloj si një javë më parë”. Më pas hipa lart dhe kërkova një biletë 25-qindarkëshe. Sportelisti nuk më pa fare me sy hetues dhe unë bleva pesë ëmbëlsirat e mia të zakonshme në vend që të blija tri.

Më vonë, i ngazëllyer nga arritja ime, nxitova në shtëpi për t’i treguar tim eti për suksesin tim të madh. Kur po i tregoja hollësitë, ai nuk tha asgjë. Kur mbarova, ai thjesht më pa dhe tha: “Bir, a do të shisje shpirtin për një monedhë pesëqindarkëshe?” Fjalët e tij më therën në zemrën time 12-vjeçare. Është një mësim që nuk e kam harruar kurrë.

(“Çfarë do të Japë Njeriu si Shkëmbim të Shpirtit të Vet?” *Ensign* ose *Liahona*, nëntor 2012, f. 34)

Kthehuni te faqja 24.

“Integritet moral do të thotë të bëjmë gjithmonë atë që është e drejtë dhe e mirë, pavarësisht nga pasojat e menjëherëshme. Do të thotë të jemi të drejtë nga vetë thellësia e shpirtit tonë, jo vetëm në veprimet tona por, më e rëndësishmja, në mendimet tona dhe në zemrat tona. . . . Pak gënjeshtria, pak mashtrim ose marrja e një përfitimi të vogël të padrejtë, nuk janë të pranueshme për Zotin. . . . Shpërblimi i përkryer i integritetit moral është shoqërimi i vazhdueshëm i Frymës së Shenjtë, . . . [i cili do të] na udhërrëfjëjë në gjithçka bëjmë.”

JOSEPH B. WIRTHLIN,
“Personal Integrity”,
***Ensign*, maj 1990, f. 30,**
32, 33



11: KËRKONI TË MËSONI: ZGJIDHNI SE KU PO SHKONI DHE SI TË ARRINI ATJE

Raportoni: Tregoni shkurtimisht një përvojë kur ju treguat integritet moral javën e kaluar.

Përsiatni: Si na krijon të nxënit mundësi?

Shikoni: "Education for a Better Life," ["Arsimim për një Jetë më të Mirë"], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 29.)

Diskutoni: Çfarë donte Plaku Jozef W. Sitati kur ishte 13 vjeç? Çfarë bëri ai rreth kësaj?

Lexoni: Doktrina e Besëlidhje 88:118–119 dhe citimi nga Presidenti Gordon B. Hinkli (në të djathtë)

Përsiatni: Çfarë mendimesh dhe përshtypjesh keni pasur nga Fryma e Shenjtë rreth përmirësimit të jetës suaj?

VEPRIMTARI – KRIJIMI I NJË "MISIONI TË JETËS"

Hapi 1: Lexoni citimin nga Presidenti Henri B. Ajring (në faqen 27). Zoti ka një plan për ju. Ai ju ka bekuar me dhurata dhe talente të veçanta që do t'ju lejojnë të bëheni çdo gjë që Ai dëshiron që ju të bëheni. Ju mund ta përmbushni misionin tuaj këtu në tokë nëse jeni të zellshëm në përpjekjet për ta kuptuar vullnetin e Tij për ju dhe t'i bindeni atij.

Hapi 2: Përgjigjuni pyetjeve më poshtë që të filloni të krijoni përfytyrimin apo "misionin e jetës" suaj. Javën e ardhshme ju do të keni mundësinë t'ia tregoni grupit "misionin e jetës" suaj.

MISIONI I JETËS SIME

Ku dua të jem pas pesë vjetësh?

Përse?

Çfarë aftësish, njohurish ose përvojë më nevojiten për të arritur atje?

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë kësaj jave. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim.

"Kërkoni me zell dhe i mësoni njëri-tjetrit fjalë urtësie; po, kërkoni nga librat më të mirë fjalët e urtësisë; kërkoni të mësoni, madje me anë të studimit dhe gjithashtu me anë të besimit. . . . Ngrini një shtëpi . . . mësimi."

DOKTRINA E BESË-LIDHJE 88:118–119

"Ne kemi një përgjegjësi dhe një sfidë për të zënë vendet tona në botën e biznesit, shkencës, qeverisë, mjekësisë, arsimit dhe çdo profesioni tjetër me vlerë e dobiprurës. Ne kemi një detyrim për t'i stërvitur duart dhe mendjet tona që të shkëlqejnë në punën e botës për bekimin e gjithë njerëzimit."

GORDON B. HINCKLEY,
"A City upon a Hill",
Ensign, korrik 1990, f. 5

- ☐ Plotësojini synimet vijuese dhe vihuni në rolin e këshilluesit për veprimtaritë.
- ☐ Përfundoni së shkruari planin e “misionit të jetës” suaj dhe diskutojeni atë me familjen tuaj.
- ☐ Kërkojini dikujt të jetë këshilluesi juaj dhe vendosni një kohë për t’u takuar.

VEPRIMTARI – KRIJIMI I SYNIMEVE

Hapi 1: Lexojeni citimin nga Presidenti Hauard W. Hanter (në të djathtë). Nëpërmjet synimeve, shpresat tona shndërrohen në veprime.

Synimet duhet:

1. Të jenë specifike dhe të matshme.
2. Të shkruhen diku dhe të vendosen atje ku mund t’i shihni të paktën çdo ditë.
3. Të kenë afate për t’u përmbushur.
4. Të kenë veprime të veçanta që duhet të ndërmerren për ta përmbushur synimin.
5. Të rishikohen, raportohen dhe përditësohen vazhdimisht.

Hapi 2: Në një fletë të veçantë letrë, shkruani dy ose tri synime që do t’ju ndihmojnë ta arrini misionin e jetës suaj. Ndiqeni shembullin më poshtë. Vendoseni letrën atje ku mund ta shihni çdo ditë.

SYNIMI	PËRSE?	HAPA TË VEÇANTË PËR TA ARRITUR SYNIMIN	RENDI KOHOR	KUJT DO T’IA RAPORTOJ PËRPARIMIN TIM?
SHEMBULL: Lexojeni Librin e Mormonit për 30 minuta çdo ditë.	Që unë të mund të marr udhëheqje të përditshme nga Fryma e Shenjtë.	1. Ngrihem në orën 6:30 të mëngjesit çdo ditë. 2. Lexoj përpara se të ha mëngjes. 3. E shënoj përparimin tim në tabelë.	Unë do të bëj një vlerësim të përparimit tim çdo natë përpara se të shkoj në shtrat.	Unë do t’ia tregoj tabelën time të përparimit një pjesëtar të familjes çdo të diel.

VEPRIMTARI – GJETJA E NJË KËSHILLUESI

Hapi 1: Lexojeni citimin nga Plaku Robert D. Hejls (në të djathtë). Ka lloje të ndryshme këshilluesish. Juve mund t’ju nevojitet dikush me shumë përvojë për t’iu përgjigjur pyetjeve tuaja – dikush që e ka bërë atë që doni të bëni ju. Këshillues të tjerë mund të jenë miqtë ose pjesëtarët e drejtë të familjes. Këta njerëz janë të gatshëm të shpenzojnë më shumë kohë duke ju nxitur të bëni ndryshime në jetën tuaj dhe duke ju mbajtur përgjegjës për të përparuar.

“Përgjërohuni që Shpirti t’ju tregojë atë që Zoti dëshiron që të bëni. Planifikoni që ta bëni këtë. Premtojini Atij se do të bindeni. Veproni me vendosmëri derisa ta keni bërë atë që Ai kërkoi. Dhe pastaj lutuni . . . për të ditur se çfarë mund të bëni [më tej].”

HENRI B. AJRING,
“Veproni Gjithë Zell”,
Ensign ose Liahona,
maj 2010, f. 63

“Ky është një ungjill i pendimit dhe ne kemi nevojë të pendohemi dhe të zgjedhim të veprojmë më mirë. Me të vërtetë, procesi i pendimit, i bërjes së zotimeve dhe i vendosjes së synimeve duhet të jetë i vazhdueshëm. . . . Jua rekomandoj këtë praktikë.”

HOWARD W. HUNTER,
“The Dauntless Spirit of Resolution” (takim shpirtëror në universitetin “Brigam Jang”, 5 janar 1992), f. 2,
speeches.byu.edu

Hapi 2: Mendoni rreth llojit të ndihmës që ju nevojitet. Shkruani një listë të njerëzve që mund të jenë këshilluesit tuaj. Përsiatni dhe lutuni për listën tuaj të emrave.

Hapi 3: Përgjigjuni pyetjeve më poshtë që të filloni një marrëdhënie këshilluese. Për ta ftuar dikë që të jetë këshilluesi juaj, ju thjesht mund të pyetni: “Po përpiqem të bëj një ndryshim në jetën time. A do të ishit i gatshëm të më ndihmoni?”

KËSHILLUESI IM

Kë do të donit të ishte këshilluesi juaj?

Çfarë do t’i kërkonte atij apo asaj për të qenë këshilluesi/ja juaj?

Kur mund të takoheni për t’i treguar “misionin e jetës” suaj dhe synimet tuaja?

Sa shpesh do të donit të takoheshit me këshilluesin/en tuaj?

Hapi 4: Mbani mend se ju jeni përgjegjës për “misionin e jetës” suaj. Kur të takoheni me këshilluesin tuaj:

- Shqyrtojeni përparimin tuaj.
- Shqyrtojini pengesat në përparimin tuaj dhe atë që po bëni për t’i kapërcyer ato.
- Shqyrtojeni veçanërisht atë që planifikoni të bëni përpara se të takoheni me këshilluesin tuaj sërish.

“Në vitet e mia të moshës madhore, unë kam kërkuar këshillë nga prindërit e mi dhe nga këshilltarë besnikë e të besuar. Njëri ishte një udhëheqës i priftërisë; tjetri një mësues që besoi tek unë. . . . Me lutje zgjidhni këshillues që shqetësohen sinqerisht për mirëqenien tuaj shpirtërore.”

ROBERT D. HEJLS,
“Përballja me Sfidat e Botës së Sotme”,
Ensign ose *Liahona*,
nëntor 2015, f. 46

ARSIMIM PËR NJË JETË MË TË MIRË

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



PLAKU JOZEF W. SITATI: Në moshën 13 vjeç jetoja në një pjesë tepër rurale të Kenias. Njerëzit kishin shumë pak gjëra. Por ata që dukeshin se i siguronin gjërat që të tjerët i admironin, ishin ata që kishin një arsimim të mirë. Arrita ta kuptoj se arsimi ishte një çelës për një jetë më të mirë.

Vazhdonte të më vinte mendimi që të shkoja e të flisja me drejtorin e njëres prej shkollave që dëshiroja me të vërtetë ta frekuentoja. Më nevojitej biçikleta e babait për ta bërë këtë udhëtim që më mori gjysmë dite. Nuk kisha dalë kurrë prej fshatit tim. Nuk dija se si të flisja anglisht shumë mirë dhe ky drejtor ishte një burrë i bardhë. Kurrë më parë nuk kisha takuar apo folur drejtpërdrejt me një burrë të bardhë, kështu që ky ishte një mendim që më trembi.

Diçka brenda meje vazhdonte të më shtynte dhe të më thoshte që duhej të bëja këtë, kështu që u nisa për ta takuar drejtorin. Kur e vështrova, mund të shikoja se ai qe pothuaj i befasuar ta shikonte këtë të ri që qëndronte si një ushtar përpara tij. Ai kishte sy dashamirës, kështu që më dha zemër. I thashë se doja me të vërtetë të hyja në shkollën e tij dhe do të isha shumë i lumtur

nëse do të më pranonte. Pastaj ai tha: “Epo, do të shohim kur të dalin rezultatet e provimit.” I thashë: “Faleminderit, zotëri”. Në më pak se katër minuta dola nga zyra.

Ato katër minuta që kalova në atë zyrë, ishin çastet vendimtare në jetën time. Isha i vetmi nxënës nga shkolla ime fillore që u përzgjodh në një nga shkollat më të mira në zonën tonë. Fakti që ky burrë i mirë ma kishte dhënë këtë mundësi, më bëri mirënjohës dhe më frymëzoi që të përpiquesha të isha nxënës i mirë në klasën time.

Kjo hapi mundësi të reja për mua që të shkoja në një tjetër shkollë të mirë dhe më pas të përgatitesha për në universitet. Arsimimi im bëri të mundur që ta gjeja bashkëshorten time në universitet. Më aftësoi që të gjeja një punë në qytet. Ndërkohë që jetonim në Nairobi, ne u ndeshëm me një çift misionarësh që na ftuan në shtëpinë e tyre, ku ata kishin mbledhje me njerëz që ishin anëtarë të Kishës. Nëse nuk do kisha qenë në Nairobi në atë kohë, nuk do ta kisha gjetur kurrë ungjillin. Fakti që isha në një punë të sigurt, më mundësoi të shërbeja në Kishë.

Dëshmoj se arsimi është një çelës për mbështetjen te vetja. Do të hapë shumë rrugë që ju të mund të jeni në gjendje të siguronit për veten tuaj materialisht si edhe të bëheni të mbështetur te vetja shpirtërisht.

Kthehuni te faqja 26.



12: MERRINI ORDINANCAT E TEMPULLIT

Raportoni: Tregoni paragrafin e “misionit të jetës” suaj nëse zgjidhni ta bëni këtë.

Përsiatni: Cilat janë disa nga gjërat që kanë më shumë rëndësi për ju?

Shikoni: “Doing What Matters Most” [“Bërja e Asaj që Ka më Shumë Rëndësi”], në dispozicion te srs.lds.org/videos. (Nuk keni material filmik? Lexoni faqen 31.)

Diskutoni: Çfarë gjërash të parëndësishme po na pengojnë të përparojmë? Si mund të na ndihmojnë ordinancat e ungjillit?

Lexoni: Doktrina e Besëlidhje 84:20 dhe citimi nga Presidenti Bojd K. Parker (në të djathtë)

Diskutoni: Ndërsa kërkojmë mbështetje te vetja, pse është e rëndësishme të jemi të denjë për në tempull?

VEPRIMTARI

Hapi 1: Me një partner, lexoni citimin nga Plaku Kuentin L. Kuk (në të djathtë) dhe shkrimet e shenjta vijuese. Nënvizojini bekimet e premtuara për ata që adhurojnë në tempull.

“Si rrjedhim, në ordinancat e saj, fuqia e perëndishmërisë manifestohet” (DeB 84:20).

“Dhe që ata të mund të rriten në ty e të marrin plotësi të Frymës së Shenjtë dhe të organizohen sipas ligjeve të tua e të përgatiten për të fituar çdo gjë të nevojshme” (DeB 109:15).

“Dhe kur njerëzit e tu të bëjnë shkelje, ndonjëri prej tyre, ata me të shpejtë të mund të pendohen e të kthehen tek ty dhe të gjejnë hir në sytë e tu e të rivendosen në bekimet që ti i ke shuguruar të derdhen mbi ata që do të të nderojnë ty në shtëpinë tënde” (DeB 109:21).

“Dhe ne të kërkojmë, Atë i Shenjtë, që shërbëtorët e tu të mund të largohen nga kjo shtëpi të armatosur me fuqinë tënde dhe që emri yt të mund të jetë mbi ta e lavdia jote të jetë përreth tyre dhe engjëjt e tu të ngarkohen me përgjegjësi për ta” (DeB 109:22).

“Ne të kërkojmë, Atë i Shenjtë, . . . që asnjë armë e formuar kundër tyre nuk do të përparojë” (DeB 109:24–25).

Hapi 2: Përsiatni individualisht: “Çfarë duhet të ndryshoj në jetën time që të marr pjesë në ordinancat e tempullit më shpesh?”

“Si rrjedhim, në ordinancat e saj, fuqia e perëndishmërisë manifestohet.”

DOKTRINA E BESËLIDHJE 84:20

“Zoti do të na bekojë ndërsa marrim pjesë në punën e ordinancave të shenjta të tempujve. Bekimet e atjeshme nuk do të kufizohen te shërbimi ynë në tempull. Ne do të bekohemi në të gjitha punët tona. Ne do të kemi të drejtën që Zoti të ndikojë si në punët tona shpirtërore, ashtu edhe në ato materiale.”

BOYD K. PACKER, *The Holy Temple* (1980), f. 182

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë javës. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim:

- ☐ Nëse keni një rekomandim tempulli, vendosni një datë për të marrë pjesë në tempull.
- ☐ Nëse nuk keni një rekomandim tempulli, takohuni me peshkopin tuaj ose presidentin e degës për të diskutuar mënyrën se si mund të përgatiteni për t'i marrë ordinancat tuaja të tempullit.
- ☐ Tregojani familjes apo miqve tuaj atë që keni mësuar sot rreth ordinancave të tempullit.

Shkoni te faqja 32 dhe rishikoni hapat tuaj vijues.

BËRJA E ASAJ QË KA MË SHUMË RËNDËSI

Nëse nuk jeni në gjendje ta shikoni materialin filmik, lexoni këtë tekst.



TREGIMTARI: Një avion u rrëzua në Florida në një natë të errët dhjetori. U vranë mbi 100 njerëz. Ai ishte 32 kilometra larg zonës së sigurisë.

PRESIDENTI DITER F. UHTDORF: Pas aksidentit, hetuesit u përpoqën të përcaktonin shkakun. Rrota e përparme në fakt ishte shtrirë siç duhej. Aeroplani ishte në kushte mekanike të përkryera. Çdo gjë funksiononte siç duhej – gjithçka përveç një gjëje: një llambe të vetme drite e djegur. Llamba e vogël – me vlerë rreth 20 cent – nisi zinxhirin

e ngjarjeve që së fundi çoi në vdekjen tragjike të më tepër se 100 vetëve.

Sigurisht, llamba e dritës që nuk ndizej, nuk e shkaktoi aksidentin; ai ndodhi sepse ekuipazhi u përqendrua te diçka që dukej se kishte rëndësi në atë çast, duke harruar atë që kishte rëndësinë më të madhe.

Prirja për t'u përqendruar te gjërat e parëndësishme në kurriz të atyre të thellave u ndodh jo vetëm pilotëve por gjithkujt. Të gjithë jemi në rrezik. . . . A jepen mendimet dhe zemrat tuaja pas atyre gjërave jetëshkurtra, fluturake që kanë rëndësi vetëm për çastin, apo pas gjërave që kanë më shumë rëndësi?

("Jemi Duke Bërë një Punë të Madhe dhe nuk Mund të Zbresim", *Ensign* ose *Liahona*, maj 2009, f. 59, 60)

Kthehuni te faqja 30.

"Ne do të bënim mirë ta studionim seksionin e 109-të të Doktrinės e Besëlidhjeve dhe ta ndiqnim paralajmërimin e Presidentit [Hauard W.] Hanter për ta 'vendos[ur] tempullin e Zotit si simbolin e madhërsisë të anëtarësisë [sonë].'"

KUENTIN L. KUK,
"Shikojeni Vetën Tuaj në Tempull", *Ensign* ose *Liahona*, maj 2016, f. 99; duke cituar *Mësime të Presidentëve të Kishës: Hauard W. Hanter* (2015), f. 178–179



VAZHDONI NË SHTEGUN TUAJ TË MBËSHTETJES TE VETJA

Lexoni: Përgëzime! Gjatë 12 javëve të kaluara, ju keni krijuar zakone të reja dhe jeni bërë më i/e mbështetur te vetja. Zoti do që ju të vazhdoni të ndërtoni mbi këto aftësi dhe të zhvilloni aftësi të reja. Ndërsa lutemi dhe mbajmë vesh, Fryma e Shenjtë mund të na ndihmojë të dimë se cilat gjëra në jetën tonë duhet të përmirësojmë.

Diskutoni: Çfarë mund të bëjmë që të vazhdojmë përgjatë shtegut tonë të mbështetjes te vetja? Si mund të vazhdojmë ta ndihmojmë njëri-tjetrin?

Zotohuni: Zotohuni që t'i bëni veprimet vijuese gjatë 12 javëve të ardhshme. Shenjojeni kutinë kur ta përfundoni secilin veprim:

- ☐ Rishikojini dhe vazhdoni t'i jetoni të 12 parimet dhe zakonet e mbështetjes te vetja.
- ☐ Tregojuni të tjerëve atë që keni mësuar rreth mbështetjes te vetja. Vazhdoni t'i ndihmoni anëtarët e grupit tuaj ose propozoni të ndërmjetësoni për një grup të ri të mbështetjes te vetja.
- ☐ Ndërtoni mbi aftësitë tuaja duke marrë pjesë në një grup tjetër të mbështetjes te vetja.
- ☐ Studiojini parimet doktrinale të mbështetjes te vetja që janë më poshtë.

PARIMET DOKTRINORE TË MBËSHTETJES TE VETJA

MBËSHTETJA TE VETJA ËSHTË NJË URDHËRIM.	QËLLIMI I ZOTIT ËSHTË QË TË SIGUROJË PËR SHENJTORËT E TIJ DHE AI E KA TË GJITHË PUSHTETIN PËR TA BËRË KËTË.	MATERIALJA DHE SHPIRTËRORJA JANË NJË.
Doktrina e Besëlidhje 78:13–14; Moisiu 2:27–28	Doktrina e Besëlidhje 104:15; Gjoni 10:10; Mateu 28:18; Kolosianëve 2:6–10	Doktrina e Besëlidhje 29:34; Alma 34:20–25

“Dhe tani, vëllezërit e mi të dashur, pasi ju të keni hyrë në këtë shteg . . . , unë do t’ju pyesja nëse gjithçka është bërë? Vini re, unë ju them juve, Jo; pasi ju nuk keni arritur deri këtu përveçse me anë të fjalës së Krishtit, me besim të patundur në të, duke u mbështetur tërësisht në meritat e atij që është i fuqishëm të shpëtojë. . . . Ju duhet të shkoni përpara me një vendosmëri në Krisht.”

2 NEFI 31:19–20

“Zoti kujdeset mjaftueshëm për ne sa të na japë drejtim për të shërbyer dhe mundësi në për ta zhvilluar mbështetjen te vetja. Parimet e Tij janë të qëndrueshme dhe nuk ndryshojnë kurrë.”

MARVIN J. ASHTON,
“Give with Wisdom That They May Receive with Dignity”,
Ensign, nëntor 1981, f. 91

LETËR PËRFUNDIMI

Unë, _____, kam marrë pjesë në një grup për mbështetjen te vetja të siguruar nga Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme dhe i kam përmbushur kërkesat e nevojshme për përfundim sikurse vijnë:

Mora pjesë në së paku 10 nga 12 mbledhjet.

I ushtrova që të 12 parimet dhe ia mësova ato familjes sime.

Përfundova një veprimtari shërbimi.

Kam ushtruar dhe ndërtuar një themel aftësish, parimesh dhe zakonesh për mbështetjen te vetja. Do të vazhdoj t'i përdor këto gjatë gjithë jetës sime.

Emri i pjesëmarrësit

Nënshkrimi i pjesëmarrësit

Data

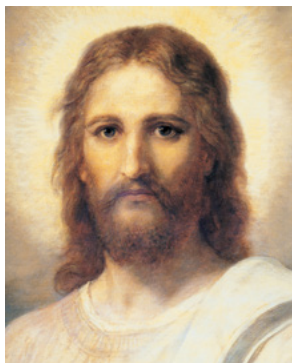
Unë vërtetoj se ky pjesëmarrës i ka plotësuar kërkesat e renditura më lart.

Emri i ndërmjetësit

Nënshkrimi i ndërmjetësit

Data

Shënim: Në një datë të mëvonshme mund të lëshohet një certifikatë e Kolegjit SHDM për Biznesin nga komiteti i mbështetjes te vetja i kunjit ose distriktit.



A DO TA VAZHDONI SHTEGUN TUAJ DREJT MBËSHTETJES TE VETJË?

“Prandaj, çfarë lloji njerëzish duhet të jeni? Në të vërtetë, unë ju them juve, madje siç jam unë.”

3 Nefi 27:27

KISHA E
JEZU KRISHTIT
E SHENJTORËVE TË
DITËVE TË MËVONSHME

Shërbime për
Mbështetjen te Vetja

